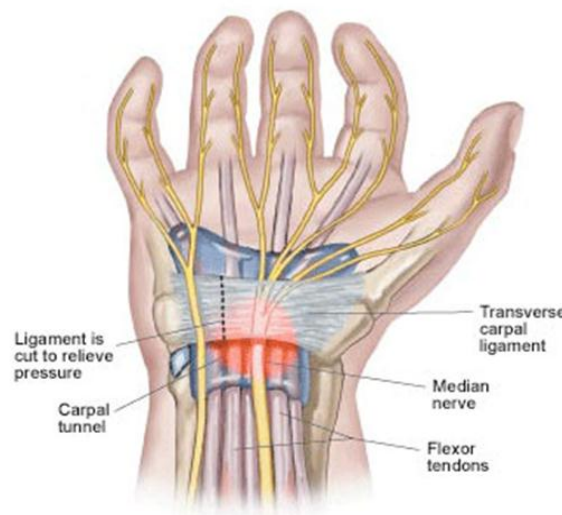


منشا این سندروم ممکن است ضایعات ضربه ای یا غیر ضربه ای باشد .



عوامل شایع در ایجاد سندروم تونل کارپال عبارتند از:

1. به دنبال شکستگی همرا با جابه جایی در انتهای استخوان ساعد، دررفتگی و شکستگی استخوانهای مچ
2. درگیری عروقی و به دنبال آن اختلال تغذیه ای در عصب داخل تونل
3. افزایش فشار داخلی بر اثر دیابت، لیپوما یا ناشی از بارداری
4. بر اثر استفاده بیش از حد . برای مثال در افرادی که از انگشتان شست، اشاره و مچ دست به میزان زیادی استفاده می کنند مانند نویسندگان، خیاط ها و آرایشگران
5. بیماری های روماتیسمی

سندرم تونل کارپال:

یک سندروم شایع در ناحیه دست می باشد که به طور معمول در خانمها بیشتر از آقایان شایع بوده و از طرفی در افراد جوان نیز به ندرت بروز می کند. تونل کارپال در کف دست وجود دارد، کف آن را استخوانهای مچ دست و سقف آن را غلاف تشکیل می دهد. از این تونل عصب و شریان به همراه تاندون عضلات خم کننده سطحی و عمقی عبور می کند. تنگ شدن این فضا به هر علتی باعث افزایش فشار بر روی عصب و شریان عبور کننده از این فضا شده و موجب میشود علائم بروز کنند. به صورت کلی

سندروم تونل کارپال

تهیه وتنظیم:

ندا حسن پور

کارشناسی ارشد فیزیوتراپی

مرکز آموزشی درمانی ولایت

واحد فیزیوتراپی

علائم بیماران مبتلا به سندروم تونل کارپال

درمان:

در ابتدا علائم حسی بروز می کنند که عبارتند از:

- شروع درد معمولا تدریجی است مگر اینکه عامل ضایعه ضربه، شکستگی، دررفتگی و یا ادم در مچ دست باشد.
- بیشترین شکایت بیماران اختلال حس به صورت سوزن سوزن شدن در انگشتان شست، اشاره و میانی می باشد.
- در شب اختلال حسی افزایش یافته و بیمار با درد شدید از خواب بیدار می شود.
- حس گرما و سرما نیز از بین می رود و بیمار ممکن است با سوختگی پوستی مواجه شود.

بعد از علائم حسی علائم حرکتی بروز می کند که شامل ضعف و تحلیل در عضلات تغذیه شونده ی عصب درگیر می باشد. در اثر بروز ضعف در این عضلات، بیمار در انجام فعالیت های روزمره ناتوان می شود و مخصوصا در فعالیت هایی که نیاز به حرکات ظریف انگشتان می باشد مشکل زیادی دارد.

در صورتی که ضعف در عضلات به صورت قابل ملاحظه و پایدار درآمد نیاز به جراحی خواهد داشت.



از روش های معمول و محافظه کارانه در درمان این سندروم فیزیوتراپی و استفاده از داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی می باشد. درمان فیزیوتراپی این بیماران شامل استفاده از مدالیتی ها در جهت کاهش درد و التهاب و رفع چسبندگی می باشد. فیزیوتراپیست با استفاده از تکنیک هایی، بستر را در جهت ترمیم و کاهش درد فراهم می کند و به بیماران توصیه می شود تا زمان بهبودی علائم حرکات تکراری و ظریف انگشتان متوقف شود. این تکنیک های اعمال شده توسط فیزیوتراپیست مانع از چسبندگی در تونل کارپال شده و فضا را برای عصب مدین افزایش می دهد.

در این بیماری از انجام تمرینات قدرتی مانند کار کردن با خمیر که مفاصل بین انگشتی حدودا 50% خم می شوند باید خودداری کرد زیرا باعث فشار بیشتر به عصب مدین شده و علائم بیمار نیز تشدید می شود.

در سندروم تونل کارپال استفاده از اسپلینت به میزان زیادی علائم را کاهش می دهد.